JORNADA *da* ALMA

JOHN-ROGER

Espiritualidade Ocidental

Um guia compreensível para a Alma, esse livro contempla uma visão da essência da verdade que existe dentro de cada um de nós, comumente chamado de Alma. Como a Alma encarna? E como ela exerce seu papel em nossa vida diária? Iluminado em forma de informação esse livro precioso deixa o leitor com um entendimento profundo de quem ele realmente é como Alma.

Um professor e conferencista de estatura internacional, com milhões de livros impressos, John-Roger tem ajudado pessoas por decadas a descobrir o Espírito internamente, educando-os na Sabedoria do coração espiritual.

ISBN 978-1-893020-13-9
00000>
9 781893 020139

MANDEVILLE PRESS
P.O. Box 513935
Los Angeles, California
90051-1935
323/ 737-4055
jrbooks@mandevillepress.org
www.mandevillepress.org

Jornada da Alma

OUTROS LIVROS DO AUTOR

Abundância & Consciência Superior
Amando a cada dia
Como se sente sendo você mesmo? (com Paul Kaye)
Quando você volta para Casa? (com Pauli Sanderson)
Despertar dentro da Luz
Deus é seu Sócio
O Caminho da Saída
O Guerreiro Espiritual
O Caminho da Maestria
Relacionamentos, Casamento e você
A Consciência da Alma
A Dinâmica do Ser Básico
A Fonte de seu Poder
A Promessa Espiritual
Manual para o Uso da Luz
Momentum – Deixando que o Amor te Guie (com Paul Kaye)
Mundos Internos da Meditação
Passagem ao Espírito
Perdoar – A Chave do Reino
Proteção Psíquica - Possessões, Projeções e Entidades
Relacionamentos – A arte de fazer funcionar a Vida
Viagens durante os Sonhos
Pelo Resto de sua vida
Quando você volta para casa?
Cumprindo com sua Promessa Espiritual
Servindo & Dando Portões para Consciência Superior
Sabedorias Eternas vol I. vol II
Princípios Espirituais para Saúde e Bem Estar

Livro em Co-autoria
Um Pensamento Positivo – O Luxo que você pode ter

JORNADA *da* ALMA

JOHN-ROGER

MANDEVILLE PRESS
Los Angeles, California

© Copyright 1975, 2000, 2001, 2010

Peace Theological Seminary
Todos os direitos reservados
Incluindo o de reprodução total ou parcial
Publicado por Mandeville Press
PO BOX 513935
Los Angeles, California.

e-mail: servidesk@msia.org

Impresso Estados Unidos da America do Norte

ISBN: 978-1-935492-88-7
Visite nossa web www.msia.org

Índice

Capítulo Um
O Início da Jornada
1

Capítulo Dois
As Regras ao longo do caminho
21

Capítulo Três
Aprendendo as Lições e Voltando para Casa
45

Capítulo Quatro
Criando uma Jornada Feliz
55

Capítulo Cinco
Planejando Futuras Jornadas
69

Capítulo Seis
Conhecendo suas responsabilidades
75

1
O Ínició *da* Jornada

No principio dos tempos, Deus estava por todos os lados em um estado de absoluta pureza. E nessa pureza absoluta, não havia uma consciência especifica. Em essência, Deus não conhecia a si mesmo, nem tinha consciência de sua grandeza. Então Deus instituiu padrões de criação. Criou os universos, onde se manifestou a matéria sólida (os quais chamamos planetas) e matérias menos sólidas (aos quais chamamos de espaço). Tudo isso é Deus em suas diferentes manifestações. E Deus instituiu o plano de que cada parte deveria conhecer todas as outras partes – através de experiências. É por isso que a Alma, que é a centelha vinda diretamente de Deus, evoluiu e teve a oportunidade de experimentar todos os níveis, camadas, planos e reinos de experiência e de ser. A Alma pode habitar em qualquer forma que deseje. Seu trabalho, sua razão de ser, é ter experiência em tudo aquilo que puder, em to-

dos os níveis possíveis – de tal sorte que possa crescer no conhecimento de sua própria natureza divina. A Alma que tenha experimentado tudo é Deus e é "UNA" com Deus. Essa experiência de Deus é incompreensivelmente grande e complexa, por isso a Alma investe grande quantidade de tempo no domínio da experiência evolutiva despertando ao conhecimento de sua natureza divina.

Deixe-me ilustrar esta idéia contando a estória de uma Alma que decidiu abandonar o paraíso – o Reino da Alma. Um dia, a Alma, que estava um pouco aborrecida disse a si mesma: "Você agora é uma pedra". E foi assim que se transformou em uma rocha. Mas se meteu em um pequeno problema porque se viu isolada; não existiam rochas por perto e não podia se mover muito. Mas essa Alma ainda assim estava feliz, porque a natureza da Alma é a alegria. A rocha era mais pesada que qualquer outra coisa a seu redor, foi quando começou a afundar em áreas cada vez mais densas até que chegou a um lugar chamado "Terra". Ela se acomodou com um leve sacolejo e disse: "Uau...realmente sou essa pedra" e como não sabia o que fazer disse: "Creio que vou ter que aprender a ter paciência". E ficou ali por um longo tempo.

Ao longo de centenas de anos a rocha lentamente sofreu erosão e se partiu. Então a Alma disse: "Isso é in-

teressante. Estou livre agora". Mas não muito livre, pois percebeu que fora absorvida pela terra, e que começara a ser absorvida por uma árvore. Aquilo era um pouco melhor do que ser uma rocha; pelo menos ela podia brincar com o sol e apreciar a brisa, e assim se sentiu maravilhosa. Ela pensou: - "Que fabuloso, a verdade é que estou tendo uma experiência maravilhosa. Creio que já aprendi a ter paciência sendo uma rocha. Agora creio que vou aprender o que é crescimento gradual". Assim, a Alma, fez parte da árvore por muito tempo, até que um dia decidiu que se tornaria um dos seus frutos.

O fruto amadureceu no tempo certo, caiu no chão e apodreceu. Então a Alma apareceu como uma lagarta que vivia fora da fruta, e essa rapidamente desenvolveu suas asas e descobriu que podia voar. Então a Alma disse: - "Uau... isso é muito bom. Aprendi paciência, crescimento gradual e agora só tenho que aprender a me elevar". Então a Alma começou a voar pela redondeza, ao voar percebeu que um pássaro chegou perto e a comeu. A Alma disse: - "Que bom! Agora sou maior e posso voar ainda mais alto". Em pouco tempo veio um animal e comeu o pássaro. O animal não podia voar, mas podia correr muito rápido. Então a Alma disse: - "Acredito que vou aprender a me mover sobre a terra". Descobriu então que sua nova forma era forte e viveu muito tempo nessa forma. Eventualmente, a forma dei-

xou a terra e a Alma se descobriu em uma nova forma – a forma humana.

Através de muitas vidas como ser humano a Alma descobriu que tinha maior liberdade de ação, apesar de não poder voar nessa forma física. Deu-se conta de sua própria realidade e reconheceu para si mesma que sempre fora uma Alma em todas as outras experiências. Ela reconheceu que tivera experiência de todas essas coisas, mas jamais chegara a ser uma delas, na realidade sempre fora o que sempre foi: uma Alma, uma parte de Deus. Ela descobriu que a força da Alma é muito maior do que a força física de qualquer animal feroz e também percebeu que sua essência era muito mais magnífica do que o mais importante monarca da Terra.

Descobriu que seu Reino não estava aqui e nem era da Terra. Depois de muitas vidas disse: - "Não pertenço a isso aqui", e simplesmente abandonou a forma física e se moveu diretamente ao Reino da Alma – seu Lar. A Alma foi bem recebida, sentou-se com toda sua majestade no trono porque ela era a soberana de seu próprio principado. E essa é a alegoria da evolução de uma Alma.

Na realidade a evolução da Alma é muito mais complexa, mas essa estória conta a essência dela. Em nosso universo interno existem cinco planos ou reinos, os quais são chamados de reinos inferiores ou planos ne-

gativos. A palavra negativo não quer dizer "mau", mas negativo como a polaridade de uma bateria. Uma bateria tem pólo positivo e um negativo, juntos geram carga de força. De forma semelhante os planos da existência possuem pólos positivos e negativos.

Os planos "negativos" ou reinos são os seguintes:

O Reino Etéreo	Relacionado com o nível do nconsciente da consciência humana.
O Reino Mental	Relacionado com a mente do homem
O Reino Causal	Relacionado ao nível emocional do homem
O Reino Astral	Relacionado ao nível da imaginação do homem
O Reino Físico	Relacionado ao reino da substância material da experiência humana.

O nível físico é o mais denso de todos. A Alma se expressa através de várias formas, podendo encarnar em qualquer um desses reinos e em qualquer ponto de sua jornada. A experiência da Alma em qualquer dos planos

negativos (com exceção do plano físico) é mais restrita, pois se limita ao plano particular em que se encontra no momento. Através da forma humana no plano físico a tomada de consciência da Alma é multidimensional e tem a especial oportunidade de ter a experiência em todos os planos negativos simultaneamente.

Através da forma humana a Alma pode não só experimentar todos os reinos negativos, como também ter a experiência em todos os reinos positivos que existem muito além dos planos negativos. O primeiro dos reinos positivos é o Reino da Alma. Esse é o primeiro nível em que a Alma toma consciência de sua verdadeira natureza, de sua essência pura e de sua unicidade com Deus. Acima do reino da Alma existem também muitos outros planos superiores do Espírito Puro, que se relacionam a uma maior e mais consciente realização da Alma, do Espírito e de Deus, até que essa eventualmente dissolva sua individualidade na unidade maior ou Deus Supremo, Senhor de todas as coisas. Esses reinos de "Espírito Puro", na verdade são um desafio para se explicar em um vocabulário físico, é preciso experimentar para saber. Não existem palavras, apenas podemos dizer que existem e que todos têm o potencial e a promessa de conhecer esse Espírito Puro. E que em algum dia terão essa experiência direta e consciente.

A Alma tem sua casa no Reino da Alma, foi desse plano que ela veio. Em muitos sentidos a Alma é uma

estranha nos planos inferiores. Dentro dela existe sempre a intenção e o impulso de voltar para casa, de retornar aos planos positivo do espírito. A Alma encarna nos planos inferiores ou negativos para obter experiência das outras partes de Deus. Descendo aos níveis inferiores, ela assimila a forma ou o corpo de cada reino etérico, mental, causal, astral e físico. Cada forma é mais pesada e densa que a anterior. A forma física é o último corpo a ser assimilado e também é o mais denso. Junto com a forma física vêem diversos níveis de consciência:

O inconsciente (onde se acumulam a memória, onde sonhos podem se originar, e onde muitos padrões de comportamento se transformam em hábitos automáticos);

A mente (que é usada para gravar eventos e para lembrar-se de informações passadas);

Emoções (onde se gera e se reserva energia a ser usada conforme se aprende ou se instrui)

A imaginação (uma expressão que pode ser positiva ou negativa e que pode realçar ou bloquear as nossas experiências).

Assim que a Alma adquire esses diferentes aspectos, que são reflexos dos reinos negativos, ela se mantém como o único aspecto positivo entre todos os negativos (novamente não é como mau, mas negativo). A Alma se torna a parte mais fraca da forma física porque seu trabalho é experimentar os reinos inferiores através da forma física.

A forma física também vem equipada com:

Um eu Consciente (que lhe desperta pela manhã, dirige seu carro para o trabalho, lê o jornal, estuda os relatórios, fala com amigos, etc.);

Um eu Básico (que controla as funções do corpo físico e o dirige mediante comportamentos já aprendidos e que é muito parecido com um menino ou uma menina de quatro ou cinco anos, impondo seus desejos sobre o eu consciente);

Um eu Superior (que funciona de forma parecida a um guardião, que dirige a consciência do Eu Consciente até aquelas experiências que serão para o Bem Maior, pois tem o conhecimento do destino da vida na sua forma física procurando cumpri-lo).

O eu Consciente é o capitão do navio e pode ignorar ou deixar de lado o que os outros dois dizem (eu básico e eu superior). O Eu Superior irá atuar no maior interesse do progresso e da evolução da Alma, dirigirá a consciência humana para aquelas experiências que são necessárias para sua educação. O Eu Básico irá atuar primeiramente para preservar o corpo. Resiste a qualquer coisa que possa ferir; prejudicar, ou causar destruição do corpo. O Eu Consciente é a parte mais propicia a se tornar presa às ilusões da imaginação, da mente, das emoções e do glamour do mundo físico criando situações de atraso à evolução da Alma.

Quando a consciência Humana se inflige sobre outra consciência humana, quando cria preconceito, dor, magoas, etc., através de ações físicas, padrões de pensamentos, expressões verbais, desonestidade, fraude financeira, padrões de controle emocional ou de qualquer outra forma – essas coisas são adicionadas a uma conta particular e a pessoa se fará responsável por isso. Para retornar ao equilíbrio é oferecido a essa pessoa a oportunidade de clarificar a ação. Ninguém tem o direito de prejudicar ou magoar a outro de forma alguma. Quando isso acontece, essa ação precisa ser reequilibrada, essa é a lei de causa e efeito. Se você provoca um desequilíbrio, esse retornará a você que foi o criador; e você o detém para corrigi-lo. Isso, em essência, é o processo do Karma. É apenas uma ação justa e honesta. A criação de situações Kármicas institui a ação da reencarnação.

Como ser humano, a Alma começa encarnando no plano físico, dentro da forma física. Se essa forma pudesse caminhar através da vida em perfeito equilíbrio com todos e com tudo, criando apenas paz, amor e harmonia, poderia completar e libertar a si mesma dos reinos negativos e ganhar a oportunidade de continuar sua evolução em reinos superiores. Mas quando a Alma encarna dentro da forma física, normalmente é inexperiente do que é esse mundo. A consciência que vê todo o aparente, o glamour, as ilusões, as atrações desse mundo, os prazeres, com certeza se dis-

trairá. Tudo isso é parte do aprendizado. Conforme a Alma vai atravessando seu plano de vida, com certeza irá criando desequilíbrios. Então quando chega o momento em que o corpo morre, pode existir algumas situações kármicas que nunca foram clarificadas ou equilibradas. Por conseguinte a Alma, mais tarde incorpora outra vez no reino físico para que possa clarificar débitos, corrigir os erros e proporcionar equilíbrio e harmonia. Mas se outra vez a consciência se tornar presa do glamour e das ilusões, isso poderá criar ainda mais situações kármicas e a Alma precisará incorporar outra vez para clarificá-las. E assim sucessivamente.

Em algum momento a consciência irá chegar ao entendimento desse processo; aprenderá a ser um criador responsável, e aprenderá a dar valor e a se interessar por todas as coisas positivas e de natureza espiritual, mais do que na materialidade desse mundo. Nesse caminho de conscientização de seu ser, evoluirá de volta a Deus, completando seus karmas do passado, e se abstendo de acumular mais karma; liberando a si mesma desse mundo. É herança de todos, conhecerem sua natureza divina, ter a experiência da perfeição da Alma em toda sua liberdade e alegria.

A Alma, em si mesma, é ao mesmo tempo positiva e negativa. A Alma é completa em seus padrões energéticos, da mesma forma que seu Criador é completo. Mas quando decide vir ao mundo físico tende mais a

uma das duas polaridades, positiva ou negativa, ou seja, homem ou mulher. Seria como dizer: "Irei para Terra dessa vez como homem". Então o Eu Superior, que trabalha com a Alma, irá ao depósito de Eus Básicos para atrair um que possa estar habilitado a dar forma correta ao corpo. O Eu Básico começará a construir uma forma de expressão masculina. A Alma empossará o corpo no momento do nascimento da expressão masculina, mas os ciclos energéticos da Alma continuarão dentro de si completos, pois a Alma é perfeita e completa.

A polaridade do corpo poderá ter a necessidade de equilibrar-se com a polaridade oposta, então sairá em busca de uma companhia com quem possa trocar energia e se sentir completa.

A forma masculina expressa principalmente a polaridade positiva, a forma feminina expressa a polaridade negativa. Quando um homem e uma mulher se encontram sexualmente, as energias são intercambiadas, em essência é como recarregar uma bateria. Pessoas que estão trabalhando com as energias espirituais superiores reconhecem o completar da Alma – é o reconhecimento de sua "Alma gêmea".

Quando você reconhece que a Alma é perfeita e completa você encontrou sua "Alma gêmea". A Alma não procura por parceiro, ela é perfeita. Os níveis inferiores de consciência são os que buscam um compa-

nheiro; buscam completar-se de alguma forma. Quando você entende que está completo não necessita dos limites deste mundo. E isso é o que em geral se conhece como autorealização. Isso é liberdade.

Todas as Almas foram criadas ao mesmo tempo. No tempo de Deus, elas sempre existiram, mas escolheram ocasiões diferentes para encarnar nesse planeta e obter suas experiências. Por isso nem todas as Almas são iguais em seu desenvolvimento e evolução, mesmo sendo iguais; na mais elevada realidade. Também os padrões de tempo entre as encarnações (ou incorporações – você encarna nesse planeta apenas uma vez, suas outras vidas serão re-incorporações) podem variar. Na verdade não existe um tempo médio entre as incorporações. Portanto, mesmo que as Almas tenham sido criadas simultaneamente, uma pode ter mais experiências físicas que outras. Uma pessoa pode estar experimentando sua décima quinta vida enquanto outra pode estar experimentando a sua centésima nonagésima quinta experiência. Isso pode trazer uma considerável diferença na conscientização do espírito e nas expressões de si mesma.

Ao longo de anos desse planeta, existiram muitas raças de pessoas. Cada raça é uma experiência diferente, uma consciência diferente. Todas elas são "una" espiritualmente, mas existem conscientizações especificas dentro de cada raça. Você pode não adquirir a experiên-

cia de conhecer tudo de Deus, em todos os seus domínios, a não ser que você encarne em todas as raças. Você pode encarnar como um homem ou como uma mulher vermelha e aprender tudo não precisando voltar mais dentro dessa consciência, ou você poderia vir uma vida como negro, ou marrom, ou amarelo ou branco; aprender e nunca precisar voltar a essa consciência. Completar essas experiências em uma só vida seria raro. Ao descer nesse planeta, com todos os níveis de karma para preencher, se torna difícil completar todas as condições em uma só vida.

Antes de encarnar nesse planeta você estava vivendo consciente em algum outro reino de existência, então, por alguma razão, chega o tempo de encarnar no reino físico. Tenha em mente que a natureza da Alma é experimentar todos os níveis e condições de Deus. Portanto a experiência na Terra faz parte da evolução da Alma a uma maior consciência de Deus. Antes de reencarnar você se encontra com o Conselho Kármico ou Mestres (conhecidos como diretores do Karma) para planejar sua vida nesse planeta no mais alto grau de probabilidade e possibilidades.

Nesse momento de planejamento você escolhe seus pais, seus talentos, a habilidade que terá, e todas as coisas que os conselheiros do Karma decidem que será o melhor para mover seu progresso espiritual. Você também organiza as situações que lhe permitirão estar se rela-

cionando com pessoas que lhe darão oportunidade de completar os Karmas e débitos de vidas passadas.

É da natureza da Alma encarnar no plano físico para ganhar experiência, mas é a ação do Karma – a criação e a liberação do Karma – que perpetuam a ação da reincorporação. Muitas pessoas têm vivido centenas de vidas na Terra e ainda estão em processo de tentar ganhar um entendimento do Karma para assim poder se libertar da roda da encarnação ou da incorporação, viver a liberdade de sua Alma, transcender esse reino e conhecer os reinos superiores.

Antes da encarnação ou reincorporação você tem livre–arbítrio e o exercita, depois de reencarnar você tem a liberdade de escolha. Antes de encarnar você planeja muitas possibilidades, depois de encarnar escolhe quais possibilidades irá seguir. É muito complexo e complicado configurar todas as possibilidades que entram nessa vida. É tão complexo, que se tentar fazer isso em um computador, ele provavelmente não estaria preparado para fazer o que foi feito pelos Mestres e Diretores do Karma, que conhecem cada minuto do que aconteceu através de todas as suas existências em detalhe. Eles sentam com você, e com as Almas que potencialmente serão seus pais e família e trabalham seus padrões de existência através de muitas gerações.

Um grupo metafísico disse que um padrão de reencarnação é de cento e quarenta e quatro anos. Eles

generalizaram que viveríamos no planeta por aproximadamente cem anos e depois da nossa morte física ficaríamos quarenta e quatro anos em outro reino antes de reencarnar na Terra outra vez. O plano é de aproximadamente cento e quarenta e quatro anos, entretanto durante esse ciclo, você poderá estar livre mais cedo; você poderá completar e trabalhar seus karmas mais rapidamente. Mas, em geral, as reações kármicas que você colocou em movimento irão ser processadas por mais ou menos cento e quarenta e quatro anos.

Dentro de seu padrão de Karma, por exemplo, o conselho Karmico pode organizar ações por meio das quais, você trabalhará seu padrão de paciência. Em uma vida anterior, você pode ter ficado muito impaciente com certas pessoas, e se livrou delas rapidamente, possivelmente cortando suas cabeças. Devido a essa sua ação criativa passada, poderá entrar em situações que não necessariamente irá perder a cabeça fisicamente, mas irá experimentar impaciência e poderá perder a cabeça de outras maneiras, talvez através das suas emoções ou temperamento. A ação poderá ser mais simbólica que física. Entrará nessas situações para aprender a se tornar paciente. Isso pode ser arranjado, a pessoa que trará essa experiência para você equilibrar, poderá ser a mesma que em alguma outra vida recebeu essa sua ação. Talvez ela seja seu pai nessa vida. Antes de reencarnar você

concorda com a ação e com as condições porque é justo que agarre essa oportunidade para equilibrar a ação.

Em situações como essa, é possível que a criança ao encarnar, o pai possa experimentar uma recordação (em geral não consciente) de uma vida passada, e a mate. Isso pode acontecer. No entanto o mais freqüente é que isso não aconteça, porque o "pai" dará a "criança" a oportunidade de equilibrar e completar a ação. Ele precisa permitir essa ação. Essas oportunidades são muito perfeitas. Se algum dia você se infligiu sobre outra pessoa e jogou o pequeno jogo mental do: "Ninguém sabe, posso sair dessa", pense outra vez, você não está saindo de nada. A Alma grava tudo e apanha para si mesma a responsabilidade sobre tudo – em perfeição e justiça.

Reencarnar não é negativo, como muitas pessoas gostariam de pensar. É algo muito positivo, uma filosofia progressiva; se não completar agora, terá outra chance. O que poderia ser melhor que isso? Todos estão trabalhando para perceber a sua consciência interna e procurar em primeiro lugar o reino de Deus internamente, e só então procura-lo na realidade externa. Todos querem alcançar o paraíso. Mas se lhe dissessem que iria morrer em duas semanas, você provavelmente diria: "Oh não Deus, eu não quero morrer, quero ficar nessa miséria". Com essa atitude irá ficar mesmo na miséria, ou agora, ou mais tarde. Você precisa ser extremamen-

te cuidadoso em como colocar coisas sobre si mesmo, pois sendo um criador e tendo a essência divina em seu interior, aquilo que criar, lhe retornará. Você abarcará a responsabilidade como o autor da criação. E sua criação retornará.

O interessante disso é que dentro do Movimento da Senda Interna da Alma e através de seus ensinamentos você pode sair da roda das encarnações. Existem técnicas especiais que as pessoas no MSIA conhecem e que corajosa e conscientemente procuram praticar para elevar sua experiência. Isso pode ser difícil porque em geral as pessoas podem fazer suas meditações, seus exercícios espirituais, sua contemplação ou a superação de si mesmos cerca de cinco minutos ao dia, e pelas vinte e três horas e cinqüenta e cinco minutos do dia colocam a si mesmos aqui embaixo, e se prendem no cativeiro que chamamos de planeta Terra.

A tentação de focar na negatividade desse nível é muito grande. Entretanto com o apoio interno que vem através dos exercícios espirituais e outras praticas espirituais, as pessoas redirecionam seus focos de volta para casa, para Deus.

2

As Regras ao Longo *do* Caminho

Cada um de nós é uma extensão de Deus, como tal, temos certos atributos em comum com Deus. Um é o poder de criar. Parte de nossa experiência no plano físico é nos tornar conscientes de nossa responsabilidade como criador, e de criar essas coisas naturalmente positivas.

As pessoas criam através das emoções, pensamentos, palavras e ações. Podemos criar infelicidade, dor, medo, vingança etc., ou podemos criar felicidade, harmonia, confiança e alegria. Todos nós fazemos essas escolhas muitas vezes durante o dia. Aquelas coisas que você coloca na sua mente como sendo os seus "Eu quero" e seus desejos, essas coisas com que você sonha e cria em sua imaginação, se tornam realidade em algum momento, em algum nível. É sábio ao menos dizer, que seja cuidadoso com as imagens que você cria e nas quais você coloca sua energia. Já que você vai se mover para satisfazer um desejo ou manter um padrão de pensamento, por que não colocar sua energia em desejos ou padrões de pensamentos em algo que realmente quer e que possa te levar a um plano de crescimento mais elevado. Estou me dirigindo à consciência de Deus? Esses desejos me levam aos reinos superiores da consciência da Alma?

Com que parece a Alma? Pode parecer uma bola violeta, branca ou dourada. Pode parecer com o retrato de um Mestre, ou o retrato de Jesus, de Buda ou de Krish-

na. Ao colocar essa imagem a sua frente, ela poderá começar a apagar a energia dos pensamentos dos desejos inferiores que você possa ter criado como a de um carro novo, de um grande desempenho sexual, dinheiro etc. Você pode programar a eliminação dos desejos inferiores e colocar idéias superiores a sua frente. Seus mecanismos para o sucesso começarão a lhe impulsionar direto para o ideal. Você pode simplesmente assumir que irá alcançar, pois se for isso que você estiver mantendo a sua frente, você conseguirá.

A Bíblia diz: "O homem é aquilo que mantém em seu coração". Isso realmente expressa um bocado de verdade, quando percebida pela consciência mística. Essas palavras funcionam de duas formas, positiva e negativamente; você pode dizer: "aquilo que mais temia veio a mim". Isso realmente faz sentido, porque aquilo que você mais teme, é onde você coloca seus pensamento e sua energia. Você coloca energia, fica pensando: "O que aconteceria se isso acontecesse...?" e você cria aquilo que teme e isso aparece. Você criou e colocou em movimento. Então você pergunta: "Senhor, porque comigo?". Se você consegue se comunicar com o Senhor a resposta poderia ser: "Porque não? Você a criou essa situação, portanto você é responsável por ela". Você poderia tomar uma respiração profunda e usar sua criação como uma experiência e uma lição, e seguir em frente. Na verda-

de não haveria muito mais que pudesse fazer. Aprenda tudo que puder de cada experiência e siga em frente.

Vamos dar uma olhada em uma situação. Suponha que uma das coisas que colocou em movimento karmicamente seja o envolvimento emocional com seu companheiro. Quando amamos alguém, podemos querer respirar o ar que seu amor respira, ajuda-los a digerir a comida e se certificar de que seus corações batem ao mesmo tempo, e que o sangue de ambos caminha pelos mesmos caminhos. É possível ver esse tipo de amor freqüentemente entre pais e mães com relação a seus filhos. Eles querem que tudo seja tão perfeito que tratam de protegê-los até contra a vida deles mesmos. Isso não pode ser feito. Por mais que ame as pessoas, e tente fazer que vivam suas vidas sob seu controle, isso simplesmente não pode ser feito. Você sente que eles não estão vivendo suas vidas como você queria e pode se sentir magoado e rejeitado.

Rejeição é uma das coisas que eu penso que todos podem ficar sem. O que acontece quando você se sente rejeitado? Você se volta para dentro com seus pensamentos e começa a entrar em padrões emocionais. Você não os intelectualiza. Você pode pensar que sim, mas não intelectualiza. Com sua mente você acrescenta emoções a seus pensamentos, você os bagunça e entra em círculos viciosos. Você coloca em seus pensamentos as magoas as frustrações e as amarguras, e os coloca sobre o estôma-

go. Na realidade você entra no tempo de sentir-se vitima: "Coitado de mim. Eles não me entendem, me magoaram. Eles não querem fazer o que eu preciso que eles façam". Esses pensamentos saem carregados emocionalmente, circulam por perto e lhe golpeiam no estômago. Sentirá que sua energia está sendo drenada e enquanto sente a rejeição. Poderá empurrar essa rejeição ao centro criativo da vida, e então quando seu companheiro (a) quiser chegar perto e fazer amor com você, você diz: "Nem pensar! E agora como se sente sendo rejeitado? Então você o nega e isso produz uma situação kármica.

A situação kármica é produzida pela desonestidade e pela falsidade que acompanha a ação, não pela ação em si mesma. Uma abordagem honesta poderia ser:

Olhe essa noite você disse algo que me magoou e me senti rejeitada e com raiva. Portanto vai ser muito difícil que eu queira fazer amor com você e me sentir bem com isso.

Mas que foi que eu disse que lhe magoou?

Foi o comentário que fez sobre meu aumento de peso.

Querida, eu só estava brincando, estava implicando, não quer dizer nada. Veja também engordei, talvez possamos começar a observar nossa dieta um pouco mais.

Isso é ser honesto, se comunicar, e manter o ar limpo. Essas coisas são muito importantes.

Se você se comunicar honestamente e mantiver as coisas claras entre você e as outras pessoas com quem

convive e trabalha, provavelmente estará bem livre de Karma. Só quando deixa que as pequenas mágoas, ressentimentos, injustiças (como você as percebe) e irritações se estabeleçam é que estará criando Karma.

Muitas vezes as pessoas se juntam em casamento ou em família para ajudar umas as outras a trabalhar situações kármicas. É interessante saber que temos karma apenas conosco mesmo, não necessariamente com outras pessoas. Algumas vezes outras pessoas se aproximam nas situações para lhe dar a oportunidade de lidar com seu próprio karma. Em família o karma pode ser tão envolvente que dizemos que a família compartilha karma. Por exemplo: um homem jovem e uma mulher se casam. Antes de casar ela fazia grandes dívidas em suas contas com cartão de crédito, mas o jovem não estava conectado a essa ação de forma alguma. Depois do casamento ele se tornou responsável por essas dívidas. Ele compartilhou o karma financeiro dela e a lei pode responsabilizá-lo pelos pagamentos.

Isso é um exemplo óbvio. Outros são mais sutis. Muitas pessoas dizem que tinham poucos problemas antes de casar, mas quando casaram, perceberam que os problemas e as dificuldades aumentaram por um tempo. Depois as coisas se acomodaram e tudo ficou bem outra vez. Requer tempo para que o casal se ajuste ao novo karma, e as novas situações kármicas. Uma vez feito,

tudo parece se acalmar de novo. Então a família aprende a trabalhar junta e a se apoiar mutuamente quando estão enfrentando um problema. Se eles trabalharem bem uns com os outros, poderão ultrapassar mais karma rapidamente, pois têm mais amor para apoiá-los.

Em alguns momentos de sua vida parecerá que existem mais situações kármicas para lidar do que em outros. Isso pode ser verdade. Toda a vida tem ciclos e mudanças que vêem com os ciclos. Quando estamos nos momentos de mudanças profundas, parecerá que temos muitas situações para lidar. Em outros momentos parece que estamos em um platô, as coisas apenas fluem facilmente sem um tumulto aparente. Os dois momentos são corretos, apropriados e normais.

É importante aprender a aceitar e trabalhar com o que estiver acontecendo, sem se lançar em muitos julgamentos ou auto-recriminações. Aceitar é fácil, porque não estará resistindo, é como deixar que as coisas passem e dizer: "Obrigado Senhor por mais esse maravilhoso dia". Fazer isso tornará mais fácil se livrar do karma. *É importante lembrar que não precisa concordar com nada, apenas aceitar. Você pode discordar das situações e ainda aceitá-las, porque as situações são como são.*

Lidar com situações kármicas é como jogar cartas. Sua mão está cheia de valetes e você pode descartá-los ou decidir que jogo irá querer jogar. Poderá jogar qual-

quer jogo que quiser, mas terá que escolher um. Poderá pegar um de cada vez, e isso será fácil, talvez todos possam jogar o mesmo jogo, talvez leve muito tempo para pegar todos. Mas nunca tentará todos de uma só vez, antes tentará com um, com dois, com três, etc. Assim quando tiver jogado os mais fáceis um a um, terá que tentar algo mais complicado como "coloque-os em uma cesta". Usará uma habilidade diferente, que lhe afinará um pouco mais. E quando se tornar um perito nisso, irá para algo como "um cerco" e aprenderá a ser perito nisso.

Os jogos infantis podem mesmo nos ensinar. A vida se parece muito a um jogo, se for a um quarteirão errado, poderá ir para cadeia, e ficará lá até dar cem dólares. Então quando sai, volta para o "principio" e começa tudo de novo. Mas o truque é saber quando se está atravessando o jogo, então poderá deixar isso e seguir para outra coisa. O truque não é ficar preso, achando que você é o jogo. Você não é o jogo, é muito mais que o jogo. Você é muito mais que sua atual situação kármica. Você é muito mais que a personalidade que expressa nessa vida. Isso é apenas alguma coisa que você joga antes de terminar com ela. Então você solta e se libera, como numa jogada, e o karma é liberado.

Enquanto estiver vivendo em algum dos reinos negativos, terá algum karma. Quando não tiver mais kar-

ma, você sairá dos reinos inferiores e se estabilizará no Reino da Alma ou ainda mais alto. Enquanto tiver karma por aqui, poderá manter sua casa em ordem, cuidando das coisas imediatamente quando aparecerem. Quando alguma coisa acontecer e essa lhe perturbar, levante-se imediatamente e a libere. Se for com alguma outra pessoa, vá até ela e esclareça. Se for algo com você mesmo, vá trabalhar em você para mudar e lhe trazer de volta ao equilíbrio, a felicidade e ao conforto. Se isso aconteceu no trabalho, fale com seu chefe e mantenha isso esclarecido ou procure por outro trabalho. Se aprender a partir desse distúrbio, ficará livre dele; se não aprender, a experiência voltará uma e outra vez, para lhe dar outra oportunidade.

Os problemas são lindos porque toda vez que você os completa ou ultrapassa, sua sabedoria e conhecimento crescem. Cada vez que ultrapassa algo, você cresce. Os problemas lhe dão fortaleza para seguir adiante. A Terra é uma sala de aula e cada um aqui é um estudante. As experiências que surgem em seu caminho, os problemas que também surgem, são lições. Portanto cada pessoa que você conhece é seu professor. Se conseguir manter isso em mente enquanto segue no dia-a-dia de suas atividades, estará apto a fazer enormes mudanças e realmente crescer rapidamente em consciência. Você continuará aprendendo e progredindo através de cada experiência

até se graduar, mas se falhar terá que repetir o grau. E se for isso o que acontecer, também estará bem.

O karma pode ser criado de diversas formas e através de situações aparentemente infinitas. Basicamente qualquer ação, emoção, pensamento ou palavra posta em movimento de maneira desequilibrada, pode causar Karma. Se você fica muito zangado e bate em seu filho, pode muito bem ter criado uma situação kármica. Mais tarde poderá se encontrar se desculpando para esclarecer a ação Kármica. Mas se a criança fez o que não podia ser feito então o "castigo" poderia ser uma forma de fazer a criança perceber o erro, e entendê-lo. Se castigar seu filho em amor e disciplina, fora do seu momento de raiva, você não criará Karma, e não sentirá necessidade de se desculpar. Você estaria simplesmente ajudando a criança a aprender.

Muitas dessas ações têm a ver com atitude. Isso pode fazer uma grande diferença. Você trará muitas situações Kármicas para si mesmo, através do mau uso de sua natureza emocional. Você pode pensar que se for assim, terá Karma pelo resto de sua vida, e isso pode ser verdade, mas você também ficará um dia mais velho quer clarifique seu Karma ou não, portanto é melhor trabalhar com isso. Se sentir raiva, ódio; desejo de vingança, culpa ou qualquer outra emoção negativa, você promove Karma para si mesmo. Você trás Karma para si mesmo e o retém, e será responsabilizado por isso.

A Alma é perfeita já a personalidade é imperfeita. Desde que a Alma combinou que iria experimentar o mundo físico, com uma consciência e uma personalidade em particular, ela irá re-incorporar para completar as situações Kármicas que foram resultado da conscientização da personalidade. Em geral a personalidade faz Karma pela indulgência, como por exemplo: quando fica com raiva e perde o controle; quando se torna tão emotivo e irritado que não pode controlar seus soluços e lágrimas; quando fica tão bêbado que não se lembra e nem tem o controle sobre o que fez; quando fica tão fora de si com as drogas que não tem controle – todas essas situações promovem Karma para você. E a culpa que provavelmente sentirá devido a estes excessos produzirá mais karma do que nenhum outro fator.

Se você engana sua esposa, isso pode trazer uma situação Kármica. Talvez possa ser fácil de esclarecer e equilibrar. Mas se você se sente culpado, poderá prender esse karma em si mesmo por toda uma vida ou mais. Se tiver um filho e o der para adoção, isso pode ser uma ação clara, e pode não acumular Karma por essa ação. Mas se sentir que não deveria ter feito isso e sentir culpa, pode tornar isso uma situação kármica. Se ficar grávida e decidir por um aborto, essa decisão e a situação podem vir a ser isentos de Karma, mas se sentir remorso e culpa você "lançará a si mesmo contra a parede", porque com essa

ação estará produzindo uma situação Kármica. Na realidade, isso é, em grande parte, uma questão de atitude.

Existem muitas e muitas experiências nesse reino. Muitas delas não são nem "boas" e nem "más", mas a atitude com as quais atravessamos a experiência pode criar julgamento de valor, que se for julgada "má" pode criar culpa, que por sua vez criará Karma. É importante, portanto, verificar sua atitude e mantê-la mais neutra possível.

A idéia de Karma, de criar e completar Karma, são inacreditavelmente complexos. Os planos e níveis com os quais criamos e completamos Karma são intermináveis. Se multiplicar todas as coisas versus todas as situações, relacionamentos, e atitudes que podem criar e completar Karma verá como aparecerão infinitas possibilidades. Precisará aprender a reconhecer e a passar por cada um.

Muitas vezes as situações Kármicas são criadas e completas em uma só vida. Pense em uma situação onde o homem casa com uma mulher por quem é muito apaixonado. Ele pensa que ela é a melhor mulher do mundo, lhe dá tudo; a trata como uma princesa... Até que descobre que ela lhe foi infiel. A infidelidade dela lhe causa muita angustia e dor e o matrimonio termina com um divórcio. Alguns anos mais tarde ela casa outra vez, e está muito apaixonada por seu novo marido, então depois de um tempo acaba sabendo que ele lhe foi infiel; nesse momento ela está tendo a oportunidade

de experimentar o que ela fez o outro experimentar. No primeiro casamento ela tinha sido a causa, e no segundo o efeito. Na verdade, ela tem sorte de equilibrar o Karma em uma só vida. Se isso não fosse equilibrado nesse tempo, precisaria ser equilibrado em outra vida. Nada deixa de ser visto.

Se você engana e mente, provocando que alguém vá para cadeia injustamente, poderá encontrar a si mesmo em algum momento futuro, aprisionado por um crime que não cometeu. Se aceitar isso, e aprender tudo que puder sobre essa experiência, poderá equilibrar e clarificar o débito Kármico. Mas se seguir com as expressões de ódio, raiva e vingança, perpetuará seu Karma e repetirá essa experiência uma e outra vez até aprender a dar a si mesmo equilíbrio com isso. Poderá não experimentar o "aprisionamento" como uma experiência física, mas poderá encontrar a si mesmo como "preso" em um trabalho que não gosta e que por alguma razão não pode mudar. Poderá encontrar a si mesmo, em uma "prisão" de uma situação familiar ou de casamento. Existem muitas maneiras de ser aprisionado.

Quando você começa a entender o Karma, é interessante saber que algumas ações podem parecer como "más", no entanto essas ações de completar o Karma são certas e apropriadas internamente para essa situação. Por exemplo, permita-me exemplificar isso através de uma

vida passada: - uma mãe abandona seu filho e o deixa nas mãos de pessoas que realmente não tomam conta dela. Porque a mãe recusou aceitar arcar com a responsabilidade por sua criança; a criança cresce mal amada, abusada, mal-educada, muito infeliz e amargurada da vida. A criança reincorpora em algum ponto, cresce e tem um filho seu – o que acontece é que esse filho poderia ser sua mãe de outra vida. Ela pode não sentir amor por seu bebe e também poderá abandoná-lo, o que está acontecendo é que esta sendo dada a mãe, que abandonou o filho a primeira vez, a oportunidade de ter a mesma experiência e aprender o que é ser abandonada e mal-amada.

As pessoas que observam podem julgar a mãe que abandona sua criança, quando realmente ela está completando um Karma e dando ao outro a oportunidade de experimentar a consciência dessa experiência que é necessária para liberá-la do karma que ela criou em uma vida passada. A não ser que possa ler os registros kármicos e ver o que cada pessoa trás em seu coração, é melhor não julgar as ações que parecem ser cruéis e não usuais, porque podem ser uma ação que completa um débito Kármico.

Algumas vezes as situações que estão completando Karma, podem parecer muito semelhantes às situações que criam mais Karma. Mas há uma diferença. Se experimentar uma situação que realmente lhe faz tremer, que

lhe deixa irritada e cheia de dúvidas sobre o que realmente está acontecendo, pode ser que esteja crescendo e se movendo diretamente a seu caminho espiritual. O melhor meio para determinar se é isso, é observar essa sensação de alegria em algum lugar em seu interior, que fica além da angustia, da dor e da irritação. Se houver uma parte de você que diz: "Tudo bem porque estou aprendendo e crescendo", então provavelmente estará clarificando situações Kármicas; e haverá outros momentos em que estará tremendo e saberá que não está nem aprendendo nem crescendo, nesses momentos não estará liberando ou clarificando Karma, estará apenas indo de encontro às coisas que você mesmo criou ou promoveu e provavelmente irá acrescentar a essa irritação original o julgamento de estar perturbado e irritado consigo mesmo, por ter criado essa situação. Então terá que lidar com isso mais tarde. Mesmo que esteja envolvido com situações que não sejam para liberação Kármica, não julgue a si mesmo nem se deprima; apenas atravesse, vá para o outro lado o mais rápido possível e continue indo. Não olhe para trás, isso não ajudará. Não se carregue com culpas e remorsos, pois depois terá que lidar com isso; apenas solte.

Quando for uma situação de liberação Kármica, sentirá que toda a irritação nervosa se tranqüilizará; que todos os desequilíbrios se equilibram. Isso não é uma

descrição dúbia, por mais que pareça, é muito mais uma descrição do que estará acontecendo em dois níveis de sua consciência. Um nível estará falando freneticamente e gritando, enquanto o outro estará dizendo: "Vá em frente, retire isso do seu sistema, assim poderá se mover, você permitiu que isso crescesse, agora purifique o ar. Coloque tudo no lugar enquanto tem essa chance. Termine com isso assim poderemos seguir em frente".

Clarificações frequentemente são importantes, especificamente se permitiu a construção de irritações e mal-entendidos no interior de sua consciência. Será preciso se liberar se quiser alcançar os reinos espirituais na consciência de Deus. Não poderá estar restringido pelos ressentimentos de como seu chefe lhe tratou há um ano e meio atrás ou na semana passada. Não poderá estar restringido pelo comentário que seu marido fez sobre seu vestido. Essas coisas precisarão ser clarificadas e equilibradas. Poderá seguir por dois caminhos.

Poderá ir até a pessoa com quem teve um mal-entendido e falar com ela sobre isso, dizendo como está se sentindo, comunicando-se de forma aberta e honesta, clarificando a situação ou,

Poderá simplesmente liberar isso internamente em sua consciência, soltando, não colocando mais energia, nem se preocupando com isso, ou seja, apagando de sua consciência.

Os dois caminhos irão funcionar. Uma atitude que poderá ajudar é perceber que cada pessoa estava fazendo o melhor que sabia em todos os momentos, considerando com o que estavam trabalhando e onde estavam em seus próprios progressos.

Se seu chefe gritar com você, talvez não deva levar isso como pessoal. Talvez ele tenha passado por uma briga feia à noite, e ela o mandou sair de casa. Talvez você o lembre de alguém com quem ele teve momentos difíceis no passado, e alguma parte da consciência dele está esperando que aconteça a mesma coisa outra vez. Talvez você e ele tenham algum tipo de relacionamento kármico, onde o trabalho de ambos seja aprender comunicação e amor no relacionamento. Existem muitas possibilidades. Não irá ajudar muito tentar descobrir exatamente em qual possibilidade se encaixa. Terá que assumir que existe uma razão para aquele comportamento, e que é importante para ambos superar esse obstáculo (seja ele qual for), e não criar um ainda maior, criando ressentimentos, resistência ou qualquer outra emoção negativa. Com uma comunicação honesta, poderá reconhecer de onde está vindo isso tudo, compreender os motivos e se colocar em uma posição de empatia e amor.

Ao estender isso à Consciência Superior perceberá que todos são Um com o Espírito em suas diferentes manifestações. Ao se colocar contra alguém, estará se

colocando contra si mesmo e essa ação retornará para você. Se você amaldiçoa alguém, essa maldição voltará a você, pode ser nessa vida ou em uma vida futura, mas com certeza retornará.

O que colocar em movimento irá retornar a você. Portanto talvez queira verificar cuidadosamente cada ação, cada palavra, cada pensamento e cada emoção que você coloca em movimento, para se certificar de que retornarão coisas boas. Em geral existe um lapso de tempo entre a instigação de uma ação e seu resultado, a causa e seu efeito. Essa é uma das razões que dificultam as pessoas reconhecerem o relacionamento entre a causa e o efeito. Se você roubou um carro e saiu para passear quando tinha dezesseis anos de idade e vinte anos mais tarde um grupo de jovens rouba seu Cadilac novo e o destrói, poderá ser difícil para você fazer a conexão, mas ela está ai. Isso foi apenas sua ação retornando.

Você pode trabalhar com Karma no reino astral (que é muito semelhante ao reino físico), se existir alguma razão pela qual isso não possa ser trabalhado aqui no mundo físico, o Karma poderá ser liberado no estado de sono e pode retornar a memória como um sonho, ou pode ter lugar em um estado desperto. Considere esse exemplo:

Anos atrás estava conversando com um médico que me contou uma experiência bem interessante. Ele disse que recentemente havia feito um parto de gêmeos. Eu

disse: e daí? Não é esse o seu trabalho? Ele respondeu: Bem eu não disse que havia feito o parto de uma mulher que teve gêmeos, eu disse que tive gêmeos. Então pedi que me explicasse melhor porque me parecia que era, no mínimo, um fenômeno médico.

Ele me contou que uma mulher que foi sua paciente ficou grávida. Quando tinha entre três e quatro meses de gravidez, ela e sua família se mudaram. Pouco tempo depois o médico começou a sentir severas dores. E "dores de parto" eram o único meio que tinha para descrever aquela dor. Não só ele sentia que havia tido um filho, mas que havia tido dois. Essa experiência aconteceu em seu consultório, pois sua enfermeira que estava presenciando tudo não sabia se chamava a ambulância para que ele fosse ao hospital ou se permaneciam no consultório.

Ele tinha certeza que não estava tendo um ataque cardíaco, porque a dor não era sobre essa área. Depois de um tempo pensou que algo sério passava com seus intestinos, mas isso também era muito pouco provável. Ele sentia muita dor com intervalos seqüenciais de tempo. Depois, que a dor se foi ele disse a sua enfermeira: "Olha odeio falar disso, mas me sinto como se tivesse tido gêmeos". Ela sorriu e disse: "Ora doutor, isso não é incomum, o pai pode sentir por simpatia as dores de sua esposa quando ela está tendo um bebê". "Mas minha mulher não está tendo um bebê, ela nem mesmo está grávida!"

A experiência terminou e ambos esqueceram até que sua antiga paciente lhes contou que teve gêmeos. Ele checou o dia que a experiência ocorreu, e percebeu que foi no mesmo período e no mesmo tempo do trabalho de parto de sua paciente. Ele estava certo daquela evidência e de que havia se sintonizado com o padrão de nascimento da forma que ela havia experimentado.

Checando em suas vidas passadas, achei que em uma vida passada ele tinha sido uma mulher e que havia reproduzido um padrão muito similar não resolvido anteriormente. Nessa vida presente ele estava envolvido conscientemente em quebrar o padrão de reencarnação, portanto foi importante para ele ter tido aquela experiência, para terminar com o Karma e ficar livre. Sendo um homem nessa vida, ele não poderia ter diretamente a experiência de um parto, portanto ele experimentara o parto como uma função física.

Ele me contou: "Foi real e doloroso". Ainda que a mulher que teve gêmeos não tivesse sentido dor porque estava sob efeito de anestésicos. Ele havia tomado aspirina, depois codeína, mas isso não ajudou. Não parou a dor porque não era uma dor física, era uma dor psíquica. Essa experiência de dor fazia parte da liberação de seu Karma. Foi uma experiência necessária porque o ajudou a ter conhecimento consciente do que era a situação Kármica e porque ele a tinha experimentado; entretanto

não é tão necessário ter conhecimento consciente para liberar Karma. Ter a experiência e atravessá-la é o mais importante.

Freqüentemente acontecem coisas com as pessoas que não tem explicação. Por exemplo: uma criança nasceu deformada, ou cega ou surda, e isso causou um grande estresse em toda sua família e em geral na sociedade. A ação de preenchimento de Karma explica muito dessas situações. Vejamos outro exemplo: Em tempos antigos, as pessoas algumas vezes eram punidas tendo sua mão ou língua cortada. Se algum daqueles que davam esse castigo, se virem presos a essa experiência, seja porque fizeram desnecessariamente, por prazer ou injustamente, mesmo estando de acordo com a lei, poderão muito bem encontrar a si mesmos na próxima encarnação nascendo sem mão, braços ou sem poder falar. Foi permitido a essas pessoas ganhar a experiência do que é isso e ainda completar seu débito Kármico.

Se uma pessoa experimenta uma forma de sadismo em uma vida, essa pessoa poderá se encontrar como o filho ou como a esposa de um sádico na próxima vida (ou em uma mais adiante). As possibilidades são complexas e infinitas e dependem de muitas situações variáveis, atitudes, intenção etc. Mas a Lei Kármica trará a justiça perfeita.

Quando você aprende sobre a lei do Karma, entenderá que se alguma coisa estiver acontecendo a você, que em sua consciência presente ache que é injusto, apenas precisará soltar. Saberá também que se for injusto, a pessoa envolvida irá pagar através do espírito. Você não precisa fazer nada, não precisa buscar vingança, não precisa acertar as contas, não precisará pensar sobre isso. Não precisará manter nada dessa experiência. Poderá aprender seja o que for; soltar e seguir para próxima experiência.

Se não entrar nas expressões negativas de vingança, dor, desespero, etc., estará aberto e presente para sua próxima experiência, que poderá ser linda. Agora se seguir para os aspectos negativos, poderá bloquear a experiência que poderia estar vindo. É muito importante se manter em movimento em sua consciência e não manter velhas magoas e sofrimentos. Solte o mais rápido possível e envolva-se com o aspecto de viver a sua vida. Perceberá que sua vida será mais feliz e agradável.

3

Aprendendo *as* Lições *e* Voltando Para Casa

As pessoas que escolheram estudar no MSIA trabalham com o Viajante Místico, uma consciência espiritual que existe através de todos os níveis da Criação de Deus; que reside em cada um de nós e é um guia nos mais altos níveis do Espírito, a maior realidade de Deus. O Viajante pode assistir as pessoas a clarificar Karma (equilibrando ações passadas) e seu trabalho se realiza internamente nos níveis espirituais.

Os Estudantes têm a oportunidade de romper e estar livres da roda das encarnações nessa vida, de se estabelecer no reino da Alma, de caminhar livremente enquanto estiverem por aqui; e depois da morte física se elevar conscientemente aos reinos superiores do Espírito Puro. Essa é a promessa que o Viajante Místico oferece e assim é o caminho da Transcendência da Alma que é ensinado.

Como uma expressão da consciência do Viajante Místico: parte de meu trabalho com os estudantes do MSIA é estabelecer neles a consciência da Alma. Para fazer isso lhes dou toda assistência, os ajudo a completar seus Karmas e lhes ensino a caminhar livres de acumular mais. Frequentemente, quando alguém começa a trabalhar pela primeira vez com o MSIA, tem a impressão que tem mais problemas do que tinha antes, porque está trabalhando através de seu Karma mais rapidamente. Não apenas Karmas passados, mas o karma criado no cotidiano retornará bem mais rápido – seja em horas ou

dias, ao invés de anos ou em outras vidas. Se uma pessoa "explode" em si mesma ou sobre outra pessoa e está "fumegando" por dentro, pode ser que queira sair com seu automóvel para acalmar-se, quinze minutos depois, e perceber que seu radiador explodiu; que há fumaça saindo do carro; isso é Karma instantâneo. Causa e efeito. Ele administra isso e tudo se esclarece, é muito rápido; e então a pessoa pode seguir em frente.

Relacionamentos que lentamente vem se deteriorando por anos, podem colapsar subitamente, forçando um confronto, forçando as pessoas a uma conversa de esclarecimento, e de limpeza do ambiente. O relacionamento pode até mesmo se restabelecer, se tornar melhor que nunca, ou pode acabar. Nos dois casos o relacionamento ficou mais limpo para ambas as pessoas; e elas podem então caminhar livremente.

A Luz que é a força de energia ensinada aos estudantes do MSIA para trabalhar, se origina do mais alto, nos reinos superiores do Espírito puro. É energia positiva, e ela só pode ser usada em amor e para os mais altos fins de todos. Não pode ferir, prejudicar ou destruir, mas pode agitar a negatividade que esteve adormecida por muito tempo, dando maior consciência e causando clarificação. No nível das palavras poderá pensar que Luz é o acrônimo de Vivendo nos pensamentos sagrados de Deus * (nota do tradutor em Inglês Light – Living in

God's Holy Thoughts). Na verdade Luz é a indescritível essência de Deus.

Quando as pessoas se tornam consciente desses ensinamentos, e expressam o interesse em aprendê-los, eles são levados durante uma "viagem noturna" (no estado de sono quando a consciência física descansa e a consciência superior fica livre para viajar a outros reinos) e lhes é mostrado os registros de seus karmas passados. Também é apresentado o Karma que precisará ser clarificado nessa vida. Nesse momento eles também decidem trabalhar com as energias superiores, seguir o caminho espiritual revelado e trabalhar conscientemente para completar Karma, ou decidem continuar seu padrão de vida com uma menor consciência das realidades espirituais e sem uma direção direta da consciência superior.

Se alguém conscientemente escolhe trabalhar com a Consciência do Viajante Místico e aprender o caminho da Transcendência da Alma, maior graça e proteção lhes são oferecidas. Nenhum dano chegará aos estudantes, a não ser que neguem os ensinamentos ou bloqueiem o trabalho – ainda assim essas coisas vêm simplesmente das forças negativas. Quando o Viajante Místico trabalha com você na consciência superior, lhe pega durante a noite para viajar no Reino da Alma, nos reinos do Espírito Puro e lhe traz de volta através dos reinos inferiores da ilusão e lhe ajuda a trabalhar o seu karma acumulado.

Os cinco reinos inferiores, incluindo o físico, são as terras da ilusão. Se experimentar os reinos inferiores como se estivéssemos na casa das ilusões do parque, com seus espelhos distorcidos e painéis de vidro, poderá entrar em um redemoinho e se perderá na experiência.

Quando o Viajante lhe leva para os reinos superiores, é como se subitamente você fosse alçado para fora da "casa da ilusão do parque" e se torna capaz de perceber claramente onde estão todos os diferentes caminhos, onde o labirinto começa e onde termina; quais os caminhos, aonde levam e muito mais. Tudo se torna muito claro, e você pode ver que caminho quer tomar. Ao voltar à consciência física pela manhã, poderá ter esquecido as especificações de onde esteve durante a noite e o que aprendeu, mas recordará da essência e saberá se está no caminho correto.

Quando você alcança o reino da Alma (o quinto reino) e mais além, não haverá mais karma para trabalhar. Estará no Espírito Puro, por isso o Viajante Místico ensina a Transcendência da Alma. Em Transcendência nós alcançamos a Alma, voltamos através dos reinos inferiores, mas ainda estamos na consciência da Alma. Dessa maneira ao liberar o Karma você o faz no maior estado de pureza. É como caminhar através de um montão de adubo, e de esterco com as botas longas. A Alma protege a consciência. A Alma se envolveu internamente com

cada reino para que você não acumule mais Karma, mas você ainda está apto a fazer seu trabalho.

Você está trabalhando com Karma aqui no reino físico; mas também tem Karma para trabalhar em outros reinos. Existe o Karma do reino astral, do reino causal, do reino mental e do reino etérico. Você pode trabalhar seu karma aqui no reino físico confrontando suas situações Kármicas. Ao entrar em alguma situação você sabe que poderá lutar, enfrentar ou fugir. Mas em última instância, precisará confrontar tudo. Não pode dar meia volta e fugir. Quando tiver confrontado o "problema" exercitando sua sabedoria de escolha, poderá mover-se. Mas precisará dominar isso primeiro.

Quando o Viajante trabalha com você tem a oportunidade de trabalhar o Karma físico em outros reinos durante a viagem noturna. Talvez tenha sido um motorista imprudente e isso foi a causa de muitos acidentes no passado, mas nunca esteve diretamente envolvido. Os Senhores do Karma podem ter um acidente bastante sério em seu plano Kármico, uma lição que lhe ensine responsabilidade na estrada. (Lembre-se que esse é um plano que você ajudou a criar e com o qual você concordou em preencher). Durante as viagens noturnas, se vemos que não é necessário que tenha a total experiência fisicamente, estamos aptos a alterar isso, e permitir que tenha sua batida de carro em outro plano.

Poderá trazer à memória uma batida de carro através de uma experiência de sonho vívido – tão real que poderá escutar o som dos freios, sentir o carro fora de controle, escutar o som dos metais sendo amassados; sentir o impacto da batida, perceber seu corpo atravessando o ar e acordar suando frio, tremendo com toda aquela experiência. Essa pode ser sua lição e pode ser real o suficiente para que você aprenda a ter mais cuidado ao dirigir. Você completou o karma, mas através da Graça estendida a você não precisou passar pela experiência fisicamente e administrar todas as conseqüências físicas de um grande acidente de carro.

Se você experimentou momentos difíceis com seus pais, saiu de casa e deixou muitos problemas sem resolver entre vocês, um dia poderá se encontrar acordando com a lembrança de ter estado com seus pais em sonho e conversado sobre seu amor por eles, e que compartilhou com eles sua atual felicidade. Nesse mesmo dia seus pais podem ligar só para lhe dizer que te amam. Essas coisas acontecem. Não são coincidências – mas você pode pensar que são. Durante a viagem noturna, durante o estado de sono, poderá liberar as magoas e os ressentimentos que carregou por anos.

A consciência do Viajante trabalha em todos os níveis de consciência, em todos os reinos da Luz – e trabalha com você como um todo, para lhe liberar dos reinos ne-

gativos. Para chegar à consciência da Alma, e se estabelecer no Reino da Alma, para quebrar a roda das reencarnações, será preciso completar todo o Karma dos reinos inferiores – astral, causal, mental, etérico e o físico.

O Reino astral pode estar emocionalmente sobrecarregado, pois está muito próximo da terra. Ele também é o reino da imaginação, portanto ao trabalhar no reino astral, poderá ter sonhos de extraordinária imaginação. Ao alcançar o Reino Causal, achará que seus sonhos são mais do tipo emocional, é que o Karma envolvido também é mais emocional. Os sonhos do Reino Mental irão refletir os aspectos mentais da consciência, poderá sonhar que está assistindo cursos e aprendendo muitas coisas. Poderá não se lembrar dos sonhos no Reino Etérico, que são relativos ao inconsciente. Caso lembre serão mais como impressões, nada com imagens claras, a maior parte se referirá a imaginação e emoções que foram usadas para trabalhar com o Karma.

Muitas vezes no estado de sonho você cria campos de ilusão ao redor de si mesmo, que podem parecer bem reais e que reproduzem uma estrutura através do qual poderá trabalhar karma. Você pode não estar consciente de que foi criado através da ilusão, e ser amedrontador. Você pode mesmo se assustar com o que criou. Muitos dos medos criados durante o dia se tornam "realidade" no reino astral. Provavelmente muitos de seus pesadelos

são apenas as apresentações desses "monstros" que você mesmo criou. É tudo ilusão. No mesmo instante em que muda de foco e nega sua existência, eles se vão. Parte de seu treinamento durante a viagem noturna é aprender a discernir a realidade da ilusão. Quando tiver percebido e confrontado toda a ilusão, descobrirá que só sobrou a Alma e terá chegado invicto a meta.

4

Criando *uma* Jornada Feliz

Muito da habilidade de se manter clarificado e livre de Karma no relacionamento consigo mesmo, tem a ver com sua atitude. Existem poucas coisas em nosso mundo interno que sejam inerentemente "boas" ou "más", exceto se as etiquetarmos assim. Se quiser se tornar clarificado e livre, é importante fazer a menor quantidade possível de julgamentos, para que possa manter-se o máximo possível, em uma atitude neutra. Se o dia foi "ruim", e o etiquetar de "dia ruim", perceba que está colocando a atitude de "ruim" de volta à sua consciência e terá que colher isso.

Têm valor avaliar sua posição todos os dias. Se quiser comprar ações, provavelmente avaliará o fluxo do mercado para decidir que ações comprar; isso é claro se quiser comprar "boas" ações. Mas o que vem a ser uma "boa" ação ou uma "má" ação? Naturalmente boas ações são aquelas que irão subir e as más são as que descerão. "Boa" e "Má" são julgamentos; já "subir" e "descer" são descrições do que está acontecendo. Portanto é provável que queira comprar ações que subam. Mas mantenha em mente que as ações podem estar em baixa hoje e estar "má", mas podem subir e então se tornar "boa" logo depois.

"Boa" e "Má" não são coisas absolutas, portanto podem ser chamadas de ilusão. Tudo que está acontecendo com as ações, e que elas podem subir ou descer; isso é apenas uma descrição; mas se disser que as ações são más,

esse julgamento começará a retornar, e oferecer dificuldade para aproveitar todas as vantagens de uma possível elevação, pois internamente já etiquetou como "má" e precisará defender sua posição. Para você elas nunca serão boas. Mas se apenas observar quais ações descem ou sobem e seguir as tendências, estará em uma posição livre para tomar vantagem sobre qualquer oportunidade que perceba com os movimentos do mercado. Você não bloqueou qualquer possibilidade e os canais estarão todos abertos.

Um processo semelhante acontece em seu interior com outras coisas. Se etiquetar alguma coisa como "má" e essa começar a mudar lhe ofertando algo, será mais difícil participar, pois você se colocou contra elas. Se iniciar um curso novo, e for reprovado no primeiro teste, poderá se etiquetar como "um fracassado" e etiquetar o professor como "ruim", "inflexível", "injusto" ou simplesmente pode se tornar consciente do fato de que recebeu uma nota baixa no seu primeiro teste e usar essa experiência para melhor dirigir seus estudos e se preparar para o próximo exame.

Se etiquetar a si mesmo como "fracassado", isso poderá criar dificuldades para passar no próximo teste, e no próximo, e no próximo. Se etiquetar o professor como "ruim" poderá ter dificuldade em assimilar as tarefas com uma atitude positiva e alcançar sucesso com o

curso. Entretanto se usar a experiência do fracasso para se tornar um estudante mais aplicado, ficará muito fácil passar no próximo exame e de ano.

Etiquetar ou adjetivar algo pode ter diversas ramificações no interior de sua consciência. Se chamar sua esposa de suja, ruim; pária ou de qualquer outro nome, será bem difícil seguir para o próximo minuto e expressar amor para com essa pessoa. Será mesmo difícil, se virar e dizer: "Te amo", pois primeiro terá que tirar essa criação negativa de seu sistema, seja descarregando a bílis, ou saindo para andar, ou tomando um porre, ou fazendo alguma outra coisa. Por quê? O que está acontecendo?

Quando falou mal de sua esposa, você julgou contra o amor de vocês, e isso lhe feriu. Você rejeitou esse amor em si mesmo, e rejeitou a pessoa para quem isso se encaminhou. Você está ferido, porque rejeitou a si mesmo, e vai levar um tempo para retirar esse julgamento que colocou contra seu amor, ou talvez devesse dizer sua afeição, porque se fosse realmente amor esse fluiria independente de qualquer problema. O nível da afeição em geral se move em áreas da ofensa e rejeição. Portanto se quiser ter alegria, paz e harmonia, semeie internamente amor puro – não afeição, a não ser que afeição venha como resultado do amor. Então a afeição será linda porque estará temperada e equilibrada na sabedoria e na alegria.

A afeição, em geral gira em torno dos padrões de controle (ou na tentativa de controle), depressão, rejeição e ofensa. Todo mundo já passou por isso antes. Você sabe o que é. À medida que continuar lançando esse tipo de semente em seu interior, será isso o que irá receber de volta. Mas não precisa recriá-la infinitamente, poderá mudar a qualquer momento que quiser, e trazer o amor puro.

Pode começar a mudar exatamente de onde você está. Você tem mau gênio? Olhe para ele, avalie; observe seu temperamento. Mau gênio é um mecanismo de autodefesa. Se alguém lhe ataca, você lança seu mau gênio para proteger a si mesmo ou as pessoas que ama. Você coloca sobre você as sementes do tenho razão - e ninguém poderá invadir essa posição. E se essa for uma posição falsa, você desviou de si mesmo a experiência que a outra pessoa poderia compartilhar com você.

Existem bem poucas coisas nesse planeta que não são honestamente vistas como problemas de fato. Se observar cada ponto de vista com clareza, poderá perceber que cada coisa tem sua validade. É por essa razão que você pode ter razão, sua mãe ter razão, sua esposa ter razão, o editor do jornal ter razão – todas as pessoas podem ter razão em diversas posições. Ainda assim não necessariamente precisa funcionar desde a posição de ter razão, mas pode reconhecer quando eles estão tendo razão. Você tem o direito de viver sua vida da maneira como a vê.

Você tem o potencial de aprender com cada pessoa que encontra. Isso é verdade para qualquer expressão, mesmo que haja ilusões em cada uma. Se apenas observar, ficar neutro e for objetivo em suas avaliações das circunstâncias, poderá trazer para si mesmo essas coisas que estão presentes e que são validas para você e deixar passar as que não são validas, mas ao mesmo tempo não bloqueará as possibilidades de que elas possam ter alguma validade para você no futuro. Você apenas deixa que as experiências fluam, e o que quiser você pega, e o que não quiser deixa passar.

Eis aqui uma analogia - Se estiver visitando uma mina de diamantes, e alguém muito brincalhão disser: "Poderão ter todos os diamantes que conseguirem pegar da esteira em trinta segundos", poderíamos ver algumas reações interessantes. Algumas pessoas iriam começar a pegar os diamantes primeiro com uma mão depois com a outra, mas isso seria tolo, porque apenas pegariam uns poucos e depois não poderiam pegar mais; mas se colocar a mão na esteira e apenas conduzir os diamantes em sua direção por trinta segundos, você conseguirá bastante. Depois disso se resolver ficar "pão duro", poderá ser um bom "pão duro" – e um esperto "pão duro". Não banque o pateta, pegue tudo que puder, assim quando os trinta segundos terminarem, não sairá dizendo: "se apenas pudesse pegar mais rápido". Se você se arrepen-

der estará vivendo no passado. Para viver no "aqui e agora" terá que dizer: "Fiz o melhor que pude, peguei tudo o que podia" e o resto, deixa pra lá.

Enquanto estiver nesse planeta, pegue tudo que puder em todos os níveis de sua experiência, nesses níveis em que está completamente envolvido. Assim que ambicionar algo, irá perder alguma outra coisa, e isso irá com você. Esse é o motivo de se manter aberto e flexível e apenas se manter seguindo. Se uma experiência nova chegar, estará bem ali para aprender com ela. Não estará arrependido mentalmente pelo que aconteceu no passado ou sonhando com algo que poderá acontecer no futuro, estará "aqui e agora", se mantendo em movimento em sua posição constantemente para o "aqui e agora".

Não existe nada permanente no nível físico. Tudo está em estado de mudança. Mantenha-se flexível nesse nível. Quando uma construção começa a cair, não permaneça lá para provar que tem razão. Saia do caminho. Mova-se. Uma coisa permanente nesse nível por uma vida é ser homem ou mulher. Outras coisas são como são e é bom cooperar com elas. Outras coisas são mais mutáveis. Não estou falando realmente de coisas físicas como a cor de seus olhos (se bem que elas podem mudar com lentes de contato, ou quando se fica algumas noites em uma fila). Esse tipo de mudança pode não ser permanente, mas você pensa que a cor

dos olhos que você tem agora será permanente? Veremos em cento e cinqüenta de anos.

Muitos níveis são mutáveis. As pessoas dizem: "Você mudou de opinião". É para isso que você tem uma mente, para poder mudar. É por isso que pratica mudança, assim poderá mudar quando necessário. Se tentar ficar numa posição estática, poderá ver que a força para se manter autodeterminado é muito forte e ainda poderá lhe fazer quebrar e cair. Então irá chorar alto com dor e sofrimento. Se você tem a sagacidade de perceber que um tornado está vindo e sair do caminho, irá sobreviver. Fica mais difícil se disser "Simplesmente ficarei bem no meio do vento, não me importa sua força, serei forte!". Quando perceber que não poderá resistir, voltará uma e outra vez, aprendendo a se manter no fluxo da vida. E isso é importante.

Uma das lições a aprender aqui é o da flexibilidade. Não precisa necessariamente ser insípido, existe uma fortaleza em ser sábio e flexível; é preciso muita fortaleza para mudar de opinião quando essa posição esta indefensável e assumir: "Eu defendo a posição de que essa posição não tem mais defesa". Se as pessoas disserem que está errado em mudar, poderá responder: "Se essa foi a forma como etiquetaram isso está bem, apenas estou defendendo essa posição agora, pois é onde estou. E agora estou me movendo de posição". Se eles caçoarem e lhe

ridicularizarem, não entre nas pressões nem, nas chantagens deles – não volte à posição antiga, apenas para "mostrar a eles". Demonstre sua fortaleza mantendo a mudança e a nova posição.

Considere esse exemplo: Um marido voltou para casa querendo levar sua esposa para dançar no lugar preferido deles, ela não queria ir, mas ele a convenceu. Ela se vestiu e ele disse: Você vai vestir isso? Ela disse: Agora é que eu não vou! Isso é uma chantagem, ela estava lançando sua antiga posição sobre ele. Ela estava pronta para sair e se divertir, mas apenas para mostrar a ele, voltou a sua antiga posição. Com esse tipo de atitude, ninguém pode mostrar nada a ninguém. Nem você pode mostrar a si mesmo.

Em geral quando pensamos que estamos magoando alguém, na verdade estamos magoando a nós mesmos. Quando estiver cansado disso, irá mudar. Se você gosta dessa sensação de infelicidade, vá em frente e divirta-se. Fique bem ai. Está doente disso? Quer mudar? Então mude. Se aquela esposa quisesse passear de carro em vez de dançar, e seu marido se sentisse feliz em fazer isso, seria bom para ambos. Poderiam ir e desfrutar juntos a vida. Mas se ele fosse se sentar no carro e ficar deprimido porque queria dançar, e quisesse que ela soubesse que estava deprimido, punindo-a porque ela não fez o que ele pediu – então ela seria uma boba se caísse nessa.

Ninguém deveria se lançar sobre os padrões artificiais de outra pessoa, nem no que eles acham que deveria ser feito de acordo ao estado de depressão deles. Frequentemente as pessoas plantam suas sementes de "Eu tenho razão e a autoridade, portanto lhe digo". Se eles não souberem a resposta para sua pergunta, podem pensar, "posso lhe dizer algo que não sei, porque sei que você não sabe, e nunca poderá dizer que estou errado". E isso acontece amiúde. O único problema é que algum dia alguém pode chegar à verdade e lhe dizer: "mentiroso!". Então aquela semente que você plantou agora é sua e a consequência de suas mentiras também.

Você não pode viver com trapaceiros e mentirosos. Não pode confiar neles, pois não sabe o que irão dizer ou fazer em seguida. Não reconheceria a verdade se lhe dissessem, porque eles confundiram isso com muitas mentiras. Não estaria apto a confiar a eles coisas que lhe são sagradas, mas talvez devesse manter as coisas sagradas com você de toda forma. Você não precisa confiar em mais ninguém, se confia em si mesmo.

Fique com a honestidade do reino interno e com a verdade de sua própria consciência. Fazendo isso poderá elevar as pessoas a sua volta. Poderá transmutar a desonestidade deles, se quiser dedicar a energia necessária para esse fim. Quando as pessoas lhe falarem algo, poderá dizer: "Ora isso parece bom!", sem se lançar sobre

a informação. Poderá observar cuidadosamente e considerar o que ela trás para você. Certifique-se de que ficará feliz, com a colheita do que está plantando. Ou você pretende entrar em uma situação que lhe traga culpa fazendo com que você volte a esse mundo para trabalhar com a situação novamente?

Não entre em nenhuma situação que possa promover qualquer pontada do sentimento de: "Não fui completamente honesto", pois isso é culpa. Não importa quão pequena seja a falsidade, você ainda a tem; não importa quão pequena seja a culpa, ainda será culpa. A intensidade dela por certo é importante. Pois quanto mais culpa sinta, quanto mais você intensifica a existência dela mais você se prende no campo de força daqui. E por isso terá que voltar ao campo de força desse planeta e evoluir novamente.

Uma das maiores chaves é observar sua atitude. Lembrem-se as ações não são nem "boas" nem "más"; isso é julgamento. Elas apenas podem subir ou descer, o que é uma avaliação. Tudo que precisa fazer é avaliar a situação. Não coloque sobre qualquer situação julgamento de valor moral. Na Alma não existe moral, existe apenas o que é. A personalidade tem moral, lhe julgará cheia de razões, lhe chamará com palavrões e talvez, até mesmo, lhe dê um tapa. Mas a Alma se esforçará por atravessar todos os níveis para retirar as sementes e as ervas daninhas que você plantou.

Às vezes leva um bom tempo para que as pessoas voltem a limpar a terra, através dos acres cultivados com aveia brava e erva daninha, reclamando de volta um bom solo. Para fazer isso é preciso primeiro começar com um "vamos", e se mover em seu caminho espiritual. Se existir grande quantidade de ervas daninhas, pode ser que não faça nada nesse momento, ainda que esteja em seu caminho, pois está soltando essas coisas que não precisa mais, e não tem que acrescentar mais nada

Muitas pessoas estão tentando acrescentar, lendo mais, fazendo mais, trabalhando mais, jogando mais. Outras estão percebendo que precisam desaprender muito daquilo que haviam aprendido seja na escola, na igreja, na sociedade, no relacionamento com os pais, e muito mais. Esse é o tempo para pesquisa real da Alma, para descobrir o que funciona e o que não funciona para você. Sabedoria é usar todas as coisas que lhe funcionem pelo tempo que elas funcionem, e soltar as coisas que não funcionam.

O novo padrão é liberar as coisas que estão em você como – os velhos hábitos, negatividade, apegos, desejos, seja o que for – e ficar livre. Estando livre você irá se mover automaticamente dessa existência para próxima, onde sua liberdade pode lhe abarcar. Se não for suficientemente alto em sua liberdade, voltará a Terra uma e outra vez para ganhar liberdade de ir mais alto. Escolhe-

rá voltar porque do ponto de vista espiritual, poderá ver como fazer as coisas perfeitamente, experimentar muito, aprender muito e ir muito alto.

Ao voltar pode perder muito da visão à medida que se prende as ilusões desse mundo. Mas é bom saber disso, que independente de como perceba essa vida, ou como perceba o Cosmos, tudo está no lugar, se movendo corretamente e com um desempenho absolutamente correto. Mesmo esse pequeno sentido de depressão, ou esse pequeno pensamento sobre suicídio que teve, foram um despertar para você. Despertou nisso com uma maior consciência e agora poderá viver mais elevado.

A Alma incorpora na Terra para ganhar experiência. Quando tiver experimentado, não precisará repetir, exceto se recriá-la. Se aprender de tudo que acontece, se usar tudo como uma oportunidade de aprender e se elevar, estará conseguindo sua liberdade. Portanto aprenda de suas experiências na vida. Coloque metas elevadas e vá por elas. Não permita que nada, nem ninguém lhe desvie do caminho. Crie apenas o que for melhor para si mesmo.

5

Planejando Jornadas Futuras

Gostaria de lhes falar como se preparar para futuras encarnações. Se for nascer outra vez, em algum lugar de alguma forma e aparência, precisa saber algumas coisas sobre isso. Algumas pessoas que estão trabalhando internamente com os ensinamentos do MSIA irão quebrar seu padrão de reencarnação, mas muitos irão voltar. É auto-evidente que nem todos captarão a filosofia superior e trabalharão com ela. Não se moverão dentro da consciência mística nessa vida. Eles residirão no mundo psíquico, material, nos mundos da negatividade. Mas o conhecimento da verdade sobre a reencarnação poderá ajudá-los. Muitos começarão apenas percebendo que não são a única forma de consciência ao redor.

No presente momento de sua existência, você chegou a um ponto onde certos processos precisam iniciar-se em sua consciência, ou no seu inconsciente ou na sua consciência superior. Não é necessário ir a todos esses níveis – apenas para reconhecer que existem esses planos de consciência e que esses têm um efeito profundo em sua evolução espiritual. Todos se esforçam para continuar se abrindo a coisas novas: "Um novo ano! Aleluia! Estou entrando e vou crescer muito!". Então você toma resoluções de ano novo, ainda que seus níveis de expectativas e os níveis de sua realidade não se cruzem muito. As pessoas que têm um ano maravilhoso são aquelas em

que os níveis de expectativa e de realidade igualam-se, e o resultado é que se sentem equilibrados.

Se for mudar alguma coisa em você e voltar com uma nova personalidade, quem poderia ser? O que poderia ser? Apenas pense sobre isso. Como seria sua próxima vida? O que vai querer ser? Veja em sua tela mental e obtenha a resposta. O que vê? O que realmente quer? Vê grandes riquezas. Maior sensibilidade à música e as artes, uma posição política de poder? Um líder religioso que salva as massas? Vê a si mesmo tocando violino, ou piano? Vê-se como um professor ou como médico. Quais qualidades você teria que ter internamente para ser essa pessoa? Em que parte do mundo viveria em outra encarnação? Qual seria o meio-ambiente? Poderia vir puro? Apenas se olhar melhor e mais profundamente em sua existência agora mesmo, pode começar colocando pureza em sua vida presente.

É melhor mover sua consciência para algum lugar, para lhe dar alguma direção, e manter seus olhos no alvo e á medida que ficar mais e mais perto estará apto a modificar, para subir, descer, mover a direita ou a esquerda. Estará apto a mudar sua visão, a fim de alcançar suas metas. Ao se sentar e contemplar sua existência futura poderá se programar. No entanto, existe um perigo ai, pois se estiver perto de quebrar os padrões de reencarnação, e se programou terá que voltar para con-

cluir. Agora se estiver trabalhando dentro da estrutura do MSIA, não colocará qualquer contemplação de uma vida futura sem o contexto e a proteção do "Senhor, se isso for para o bem–maior..." Dessa forma você se protege. Se for para o bem maior que não reencarne, não irá bloquear essa possibilidade.

Lembra-se quando você era pequeno e queria ser bombeiro, maquinista de trem, ou um policia montada? Então começou a colocar um "defletor" nesses desejos, porque os padrões de desejos que criava (mesmo quando os esquece) podem voltar. Então você diz: Oh! Deus o que fiz comigo?

Assim que aprender como alterar sua consciência, poderá desenvolver uma nova vida para si mesmo a qualquer momento, exatamente aqui e agora. Poderá ajustar ou mudar, mas terá que ter a sensibilidade de se mover ao novo, o que significa soltar o velho. Quando tiver criado suficientes coisas negativas – infelicidade, isolamento, solidão e depressão – e quando estiver doente e cansado de ficar doente e cansado, poderá se transformar e mudar.

À medida que se mover através das experiências de sua vida, preste atenção bem de perto no que está acontecendo em seu interior e ao seu redor. Observe quais as ações e as reações, quais pensamentos, quais devaneios, quais palavras, etc..., que estão criando resultados nega-

tivos – sejam físicos, financeiros, emocionais, mentais, criativos ou inconscientes – em si mesmo e nos outros. Observe aquelas ações que promovem resultados positivos; e com uma direção consciente, controle e disciplina; mova sua expressão mais e mais para dentro dessas coisas que criam resultados positivos internamente: mais saúde (física, mental e emocional), mais riqueza e mais felicidade. Esse é o caminho para liberdade.

Ao criar efeitos positivos, irá dissolvendo os laços Kármicos do passado e não irá criar débitos kármicos adicionais. Estará se movendo para liberdade. Por isso sou muito cuidadoso com todos que conheço. Aprendo mais e mais e apenas sou responsável por aquilo que digo e faço. Se alguém tenta me envolver em suas ilusões irão me escutar dizer: "Não faço parte disso, não estou envolvido nisso". Não permito que ninguém me envolva em nada; e você tem o mesmo direito, a mesma liberdade. Se alguém tentar lhe envolver em alguma coisa que não está clara para você, apenas deixe que saibam. Diga: "não me sinto claro fazendo isso, não me sinto confortável. Não quero ficar envolvido, mas se quiser fazer, pode fazer, mas eu não faço parte disso". E siga seu caminho, você é responsável pelo que cria. É sábio ser bem cuidadoso.

6

Conhecendo *suas* Responsabilidades

Dharma ou dever é servir de forma não egoísta. Seu dharma para si mesmo e para com as outras pessoas é muito importante. De muitas maneiras dharma pode ser considerado o lado positivo do Karma porque ao preencher seu Dharma, também estará completando seu Karma.

Primeiro de tudo, temos um dever com os mais jovens, temos o dever de preparar um lugar para eles nesse mundo físico. Quer sejam ou não nossos, temos responsabilidade para com eles. O Espírito mora em tudo e temos um dever para com esse Espírito. Depois temos um dever com nossos amigos e conhecidos, pessoas de nossa idade. Temos o dever de não julgá-los. Julgamentos produzem karma, não Dharma. O dever com nosso (a) parceiro (a) é amá-lo (a) e apoiá-lo (a), e trabalhar com eles em harmonia.

Então temos o dever com as pessoas que são mais velhas que nós. Podemos respeitar sua sabedoria e sua longevidade. A bíblia diz para honrar pai e mãe, esses que tem mais dias sobre esse plano. Isso significa mais que o pai e a mãe de sua carne e do seu sangue significam as pessoas mais velhas que você. Nós os respeitamos por suas experiências. Talvez não tenham toda a sabedoria do mundo, mas tiveram experiências que são validas. Poderá extrair seu nível de experiência, imaginá-los e fazer disso também sua experiência. Poderá experimentar através deles;

e isso seria o mesmo que tivesse ido fazer. Existirá apenas uma pequena diferença, porque a experiência será a mesma em seu interior. Isso tem um valor enorme, se usar.

Você tem um dever com a sociedade em que vive. Quando toma conta das crianças, de si mesmo, dos amigos e das pessoas mais velhas, a sociedade automaticamente está administrada, porque já está sendo feito. Então tem o dever para com sua nação e com o preenchimento de seu hemisfério, e todo o lugar que for irá desempenhando seu Dharma. Quando tiver concluído tudo isso terá completado seu dever com Deus. Algumas pessoas acreditam que ir a Igreja aos domingos constitui seu dever para com Deus, e não fazem mais nada no resto da semana. Isso pode ser hipocrisia. Dharma é viver, seguir, respirar, é manifestação diária. É um modo de vida.

Você tem um dever para com seu patrão. Ele (ou ela) investiu em si mesmo (a) com você; confiando que faria o trabalho para ele. Seu Dharma é manter essa confiança sagrada, e fazer tudo o que puder para completar o trabalho corretamente. Seu Dharma para com seus amigos também é manter sagrada sua confiança e seu amor por você, amá-los e apoiá-los de volta. Não caluniá-los, deturpá-los ou traí-los.

O dever para consigo mesmo, é de se manter livre e fluindo, aceitar o que vier em seu caminho, trabalhar, aprender e progredir continuamente.

Se aprender a aceitar a responsabilidade das pequenas coisas e completá-las bem, lhe será oferecido coisas maiores. É semelhante ao processo de seu trabalho, à medida que demonstra a seu chefe que ele pode confiar de que pode fazer o trabalho que ele lhe deu, lhe dará um trabalho melhor, com uma posição melhor e de maior responsabilidade e confiança. E a medida que demonstra que pode fazer esse trabalho, ele lhe dará outra promoção. A vida é assim. À medida que demonstra mais habilidade para administrar suas responsabilidades, lhe é dado maiores responsabilidades e oportunidades.

As pessoas que irão ficar livres de seu Karma nesse tempo, que irão liberar a si mesmas das dívidas Kármicas dos reinos inferiores da negatividade, precisam demonstrar de fato que estão prontos a administrar suas responsabilidades, seus deveres, seu dharma, por vinte e quatro horas ao dia, sete dias na semana de trabalho. Não terão férias, mas serão dignos do prêmio. Esse trabalho requer compromisso total com a honestidade, a verdade, o dever e o amor, numa demonstração continua dessas qualidades, numa vigilância eterna, assim não perderão nada. Não é fácil, nem no começo nem no final. Depois de um tempo o prêmio começa a chegar, e você sabe que não poderia ser de outra forma. À medida que cria amor, harmonia, felicidade, alegria e paz, essas qualida-

des retornarão a você. Então esse mundo se tornará um lugar fácil e feliz de se viver.

À medida que você dá positividade, isso retorna a você nesse e em outros níveis. Não se preocupe muito com esse nível, aqui tem muitas ilusões, as coisas aqui não são permanentes. Elas desvalorizam, decaem e mudam. Leve seu interesse e seu valor para os reinos espirituais. As coisas do mundo vêm e vão. As propriedades deterioram e se desvalorizam. Os corpos ficam velhos e gordos, ou velhos e esqueléticos. Os cabelos caem. Máquinas quebram. A bíblia diz "Procure primeiro ao reino dos céus e tudo mais lhe será acrescentado". Isso é real e verdadeiro. A verdadeira pessoa religiosa, ou espiritual que desempenha seu Dharma com responsabilidade, que segue as leis espirituais da aceitação, entendimento, empatia, perseverança, amor, alegria, criatividade e manifestação, estará muito bem nesse mundo físico á medida que ganha liberdade espiritual. Quanto mais der, mais receberá. As duas coisas vão juntas.

Escolha sabiamente sua direção, porque poderá se encontrar preso a sua escolha, principalmente se for uma escolha de atitude destrutiva. Se escolher uma atitude positiva, será lindo, porque não precisará manter-se preso mentalmente todo o dia porque irá sorver o leite e o mel da Terra, uma sensação profunda de felicidade e alegria.

Com a alegria vem a responsabilidade e o conhecimento. O conhecimento sempre vem da beleza. Quando você vê algo belo, isso atrai algo em seu interior que diz: "isso é lindo". E irá querer saber mais sobre aquilo. Encontrando mais sobre esse conhecimento, ele se tornará consciência. Então seu conhecimento sempre terá sido baseado em sua percepção de algo belo. O que um percebe como beleza, lógico, outros podem não perceber, porque a beleza está nos olhos de quem a vê. À medida que perceber a essência da beleza e então procurar por conhecimento encontrará o amor ali. Esse amor é a essência divina, é Deus.

Finalmente seguindo a beleza, o conhecimento, e a consciência encontrará de volta a Graça de Deus. Não só poderá ajudar, mas fazer. Pessoas que lutam nessa vida estão bancando os bobos. Não há contenda, é um jogo. Se estiver castigando seus amados pelo nível de seu distúrbio interno, você corrompeu o amor por si mesmo e por seus entes queridos. Mas se em seu interior apenas existir amor, não importa se disser em voz alta: "Agora feche isso!" Pois essa foi a regra que você jogou para completar o resultado desejado. Dentro de você, não existem regras, existe algo mais. Esse algo mais é o que chamamos de espírito, amor, beleza e a perfeição de cada pessoa em sua consciência da Alma.

Você despertará – cada um de nós despertará – para

o conhecimento de que são divinos, de que a Alma internamente é uma extensão direta de Deus, e que é sua herança mover-se conscientemente dos níveis dos mundos negativos para os mundos sagrados do Espírito. Essa é a promessa espiritual que foi pré-ordenada na jornada de cada Alma.

Sobre o Autor

Durante mais de trinta anos a vida de John-Roger tem sido dedicada ao trabalho espiritual da Transcendência da Alma – a realização de si mesmo como Alma e mais que isso – a unidade com o Divino. No desenvolvimento desse trabalho tem viajado, feito numerosas conferências por todo mundo. Escreveu mais de vinte livros e gravou centenas de seminários, muitos dos quais têm sido apresentados em seu programa de televisão americana "Isso é o que é".

Com dois Best Sellers do New York times, e dúzias de livros escritos, além de uma enorme quantidade de informação gravada em CDs, John-roger oferece uma extraordinária lista de insights e tópicos. É fundador da Igreja do Movimento da Senda Interna da Alma, cuja base é a Transcendência Da Alma. É Chanceler da Universidade Santa Monica, Presidente dos Seminários Teológicos para Paz & Universidade de Filosofia, fundador do instituto para Paz individual e mundial, além da Fundação Heartfelt. O elo condutor em todos os trabalhos do John-Roger é o Amor – o amor por si mesmo, o amor a outros e o amor a Deus – todo seu trabalho é alentar cada pessoa para que descubra esse amor dentro de si mesmo, porque é aí que mora Deus.

Ele continua a transformar vidas através da educação da sabedoria do coração espiritual.

Contra capa

Espiritualidade ocidental

Um guia compreensivo para Alma, esse livro oferece um apanhado fácil da essência verdadeira em cada um de nós, comumente conhecida como Alma. Como a Alma encarna e como ela joga os jogos da vida cotidiana? Está aqui como uma informação iluminada. Esse livro precioso deixa o leitor com um profundo entendimento de quem realmente somos como Alma.

John-Roger

Professor e conferencista de estatura mundial, com milhões de livros impressos, John-Roger vem ajudando pessoas a descobrir o Espírito internamente, por mais de três décadas, através da educação pela sabedoria do coração espiritual.